



会員募集

マンション管理組合交流会
偶数月第3回19:00~20:30
30グランドメゾン狛江「森のクラブ」(予定)。管理組合の悩み事を解決するための交流の場。団体1,200円、個人600円。事前申込。狛江市マンション管理組合ネットワーク ☎090-3001-8853 FAX042-332-6471 (嶋) Minfo@is-kanri.com 猪熊

歌声
毎第1回10:30~11:45
南部地域センター。和やかな雰囲気です。見学可 ¥500円。うたごえサロン ☎080-3717-9965 Mkyo.yoshida@nifty.com 吉田

ダンススポーツ
毎 回19:30~20:45
西河原公民館。スタンダード・ラテン各5種目。プロの講師の指導。見学可。ダンスシューズまたは上履 ¥3,500円。1,000円。狛江ボ

「komaeの仲間」は市民活動団体の情報コーナーです 掲載は市役所4階政策室で受け付けています

「komaeの仲間」の原稿は市役所4階政策室(☎3430-1111 FAX3430-6870 Mwacco@city.komae.lg.jp)で受け付けています。原稿は窓口へ直接持参するか、ファックスまたはEメールでお送りください。掲載するには事前に団体登録が必要です。12月号の原稿の締め切りは10月31日(困)です。

●記事中の記号●

☑健康、🏃スポーツ、🎨文化、🗣️交流・地域、📄その他、🏠狛江市市民公益活動事業補助金事業、🏢市または市教育委員会後援、👥持ち物、👤対象、📅定員、👤入会金、📅月会費、📅年会費、👤参加費、🆓無料、📄申し込み、📞問い合わせ先、📧Eメール

【お願い】 原稿の文字は崩さずに、できるだけ楷書ではっきりとお書きください。また、電話番号、Eメールアドレス、日時、金額等に誤りがないようご注意ください。

ールルームダンス ☎090-2479-9881 奥井

ウクレレ! すぐ弾けます
月3回 回18:00~20:00、
回10:00~12:00・14:00~
16:00、回10:00~12:00
西河原公民館ほか。簡単にやさしく
覚えられます。楽器の貸し出し可
5,000円。回ハウオリ ウクレレ
メイツ ☎090-4097-8570 中田

フラワーアレンジメント
月1回 回13:15~15:00
西河原公民館。花と葉だけで作る
フラワーバスケットなど。見学・
体験歓迎。回3,900円。回フラ
ワーバース ☎070-7532-0652
Msatomini666@gmail.com 渡辺

英会話
毎 回13:00~14:30
市内公民館または地域/地区センター、
学校施設。主に成人向け。カナ
ダ人講師の初・中級クラス。見
学歓迎。回筆記用具、テキスト
(入手後) 回Eメールアドレス
のある人 回4,000円、テキスト
代4,000円。回先着順。携
帯電話番号記載。回狛江国際
友好クラブ MKatsFujii@outlook.com 藤井

小学生バレーボール
毎 回17:00~19:30、
回17:00~19:30
回時間不定。緑野小学校。見
学・体験歓迎。回体育館履き、
飲み物、タオル。回小学1~4
年生。回3,000円。回事前
申込。回狛江セブン ☎090-
3900-2127 栗山

ターゲットバードゴルフ
毎 回9:00~12:00
多摩川緑地公園グランド。羽
根つきボールを打つミニゴルフ。
中高年の健康増進に最適。回グ
ローブ、飲み物。クラブ他用具は
貸し出し。回中高年。回10人。回400
円。回1,000円。回狛江市ター
ゲットバードゴルフ協会 ☎
FAX3489-3942 真鍋

葉集

**安心無料電話で会話を楽しみ
ましょう・利用者募集**
回・回または回・回13:30~
16:00。会話で認知症を予防して
健康寿命を延ばしましょう。回65
歳以上の高齢者世帯(日中独居を
含む)、外出困難な障がい者等。回
事前申込。回狛江市社会福祉協
議会 ☎3488-0294 FAX3430-
9779 はとの会担当

催し

狛江は古墳の街
6日 回9:30~11:30
エコルマホール6階。富士山を眺
めながら古墳の話。回先着30
人。回資料代300円(イス使用料
を含む)。回狛江・自然と触れ
あう集い ☎090-7204-1146 野口

**第5回みなさんと楽しむ
コンサート**
6日 回14:00~16:00
泉の森会館。北越大介さん(アイ
リッシュハーブ)の演奏。回80
人。回無。回狛江さつき会家
族会 ☎080-9275-2090 FAX3480-
4004 安藤

**フラワーアレンジ(プリザーブ
ドフラワー) 無料体験レッスン**
7日 回13:00~15:30
泉の森会館。丸いBOXにバラやア
ジサイ等を押して作る。回ハサ
ミ、ピンセット。回4人。回材料
費3,500円。回ブルーレース
フラワー ☎090-1800-6710
FAX042-331-5033 Mihyy@nifty.com 村上

流し踊り講習
12:00~16:00。7日 回・
14日 回・28日 回
西河原公民館、21日 回
野川地域センター。市民

まつりに参加しませんか。回無。回美
重駒会 ☎3489-8673 FAX3488-
5613 西牧

祝10回世美展
9日 回10:00(初日12:00)~
17:00(最終日16:00)
泉の森会館。義山正夫さん
主宰37人の絵画グループ展。
回無。回IMF ☎5497-5444 平岡

シルクロードのつどい2024
12日 回13:30~16:30
泉の森会館。ドキュメンタリー
フォトグラファー小松由佳
さんの講演。回80人。回¥2,000
円(当日2,500円)。回申し込み
フォームから。回10日 回
日本シルクロード文化センター
☎090-2468-0976 Msilkroad-
j@ef.lomo.jp 野口

バードウォッチング
20日 回9:00~13:00
和泉多摩川駅前集合(雨天中止)。
下流に向かって観察。南部地域
センターで解散。回双眼鏡(無
くて可)、筆記用具、昼食。回¥200
円。回狛江探鳥会 ☎080-2094-
8822 由井



ボランティア募集

■広報紙こまえくぼ1234の配達ボランティア

配達ボランティアを始めて20年の浦田瑞穂さんは現在87歳。毎月1回、「広報紙こまえくぼ1234」を市内計6カ所(お店や事業所など)に届ける活動をしている。「妻に誘われて、ボランティア活動を始めましたが、自分の健康のために続けています」とまだまだ元気な浦田さんですが、「ぜひ自分の後を引き継いでくれる方が来てくれると



狛江市市民活動支援センター(こまえくぼ1234)
〒201-8585 狛江市和泉本町1-1-5 狛江市役所5階 ☎5761-5556 FAX5761-5033
Minfo@vc.komae.org 開館時間=午前9時~午後5時 休館日=土・日曜日、祝日、年末年始

リウマチ友の会
24日 回13:30~15:30
調布市総合福祉センター。リウマチ
についての勉強会と会員相互の親
睦。回飲み物。回リウマチ患者、家
族。回¥200円。回調布・狛江リウ
マチ友の会 ☎・FAX3488-7355 加古

こまえ楽市
27日 回10:00~15:00
えきまえ広場。フリーマーケット
と業者出店による市。回フリー
マーケット出店1,100円。回先着
順。回10日 回狛江楽市の会
☎5438-8805 FAX5438-4331
Mkomaeraku1@gmail.com 坂本

**自然治癒力向上! 骨粗しょう
症予防講座**
28日 回9:30~12:00
狛江市商工会館。漢方関連の骨健康
食事・食材、セルフ手と足マッ
サージを勉強。回社会人。回先着
20人。回無。回締切20日 回
認知症予防学習会 ☎070-8335-
1963 Mdazhongweb@outlook.com 王

**狛江市ジュニア(小学生)バ
レーボール教室後**
11月9日 回・11月23日 回・11

月30日 回低学年13:00~15:00、
高学年15:00~17:00
西和泉体育館。小学生初心者向け
教室。回運動のできる服装、体
育館シューズ。回市内在住・在
学の小学生で初心者(経験者は
要相談)。回無。回10月7日 回
~21日 回。回狛江市バレーボ
ール協会 ☎3480-6211 (狛
江市スポーツ協会内) Mkomae.
volleykyokai@gmail.com 水野

狛江市秋季硬式テニス大会後
11月10日 回10:00~16:00
(予備日24日 回) 元和市民
テニスコート(ミックスダブル
ス一般、ミックスダブルスシ
ニア)、東野川市民テニスコ
ート(男子シングルス、女子
シングルス)。回高校生以上。
ペアの1人は市内在住・在勤・
在学者。回ミックスダブル
ス1,500円/1人、シングルス
2,000円/1人、会員登録者と
高校生は500円割引。回狛
江市体育協会ホームページの
硬式テニス協会のページから。
10月28日 回~11月3日 回
狛江市硬式テニス協会 青木

ここに掲載している情報についてはこまえくぼ1234へお問い合わせください。

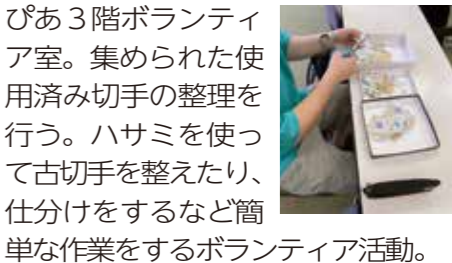
いいな」と話している。現在7人の
配達ボランティアが活躍中。活動
期間は毎月初~10日頃(1月は20
日~月末)。配達先や件数等の
詳細はこまえくぼへ問い合わせを。

ボランティア体験イベント

ボランティア活動の入口として参加
できるプログラム

■おりがみボラ
2日 回・11月6日 回午後2時~
3時30分
こまえ正吉苑二番館いちょう
ホール。折り紙を習ったり、教
え合ったりする。習った折り紙
を地域で教えるボランティア活
動にも生かしている。

■切手ボラ(開始時間変更)
28日 回午後1時~2時30分
あいと



おもいをカタチに

こまえくぼ1234が市民、市民活
動団体を対象に主催、共催する
事業
■賢い消費者のお金のはなし
NISAを学ぼう!
24日 回午後2時~4時
市役所特別会議室。講師:増
田一弘さん(いちよし証券株
式会社アドバイザサポート部)。
定員:30人(事前申込制)

ホームページ
はこちら→

